

Ich bin Anhänger der Spannungs-Haarausfall-Theorie.

In meiner Vergangenheit habe ich sehr oft die Beobachtung gemacht, dass in länger andauernden Stressphasen meine Kopfhaut stark spannt, so dass sie mit der flachen Hand auf dem Kopf nur kaum bewegt werden kann. Zusammen mit der Spannung tritt immer eine mehr oder weniger starke Trichodynie über den gesamten männlichen AGA-Bereich ein.

In gar nicht stressigen Lebensphasen hingegen ist meine Kopfhaut sehr entspannt und fühlt sich gut an (in diesem Beitrag habe ich einmal meine Erfahrungen dazu geschildert).

Nun ist es leider seit vielen Monaten so, dass ich stressbedingt (mental+physisch) wieder an Verspannungen und Missempfindungen der Kopfhaut leide, aber mich erst jetzt wieder dem Thema aktiv gewidmet habe.

Beim Auftragen meines Topicals in Bahnen mit einer stumpfen Kanüle nach Pilos Anleitung, sind mir „wunde Punkte“ aufgefallen. Stellen also, an denen die Kopfhaut bei Berührung mit der Kanüle mehr schmerzt als woanders. Der Schmerz tritt ähnlich dem eines Zahnschmerzes auf und zieht bis in die Ohren. Im Zusammenhang mit Norwoods Arteriosklerose-Hype habe ich eine Art Krampfader oder defekte Venenklappe in Verdacht gehabt, die diese Schmerzen erklären könnte. Zur Lokalisation der betreffenden Stelle habe ich mich der Formel Pi\*Daumen bedient, das Ergebnis war also:

Am Hinterkopf, zwei Finger breit rechts und links von der Kopfmittle, einen Finger breit über dem Gehörgang.

Bei der Internetrecherche vom Arterienverlauf am Kopf bin ich rein zufällig über folgende Abbildung gestolpert, welche Akupunkturmeridiane abbildet:

Hier auf der grünen Bahn:

Dabei ist mir der Punkt Bl9 „Jade Kissen“ aufgrund seiner Lage besonders aufgefallen. Er liegt auf dem Blasenmeridian.

Was sollte ich nun denken: „Ist meine kranke Vene nun doch etwas ganz anderes und zwar ein entzündeter Nerv aus der TCM? Ein seit jahrtausenden belegter Akupunkturpunkt?“

Dieses Dokument zeigt den freigelegten Punkt auf Seite 27 (Vorsicht: Leichenbiopsie). Christoph Malisch ist übrigens ein promovierter Akupunkteur, der auch "Haarbehandlungen" macht.

Auf dieser Seite werden sehr anschaulich die Meridianpunkte erläutert.

Meine Lageberechnung entspricht ziemlich genau der in der Einheit Cun dokumentierten Position.

Auf dieser Seite werden die Auswirkungen mit „Erkrankung des Nervensystems, Hinterkopfschmerzen, Nervosität, Bewusstlosigkeit „ angegeben.

Wenn man sich den Verlauf besagten Meridians genauer anschaut, erkennt man, dass er von zwischen den Augen über den Kopf und Rücken bis in die Füße reicht. Scheinbar hat der Meridian mir schon an anderen Körperstellen Probleme bereitet.

Ich habe mir zur Linderung der Verspannungen 1ml Diclofenac-Gel mit zwei Tropfen Minzöl gemischt in die Spritze aufgezogen und auf besagten Punkt B9 punktförmig und dick aufgetragen und was soll ich sagen? !ES WIRKT!

Und weil es subjektiv spürbar und direkt gewirkt hat, habe ich die Punkte zwischen den Augen, an den Augenbrauen und am Haaransatz ebenfalls behandelt, es scheint wirklich einen spürbaren Effekt zu haben.

Nun habe ich vor, mir Wärmesalbe auf Capsaicin-Basis zu besorgen und meine Experimente weiter fortzuführen. Ist die Reizung mit Wärme eher als mit Kälte von Akupunkturpunkten oder entzündeten Nervenenden indiziert?

Je nach Ergebnis überlege ich, mir Nadeln zu kaufen um mich selbst zu akupunktieren (Nach sorgfältiger Einarbeitung in die Materie (CAVE=Vorsicht-unsachgemäßer Gebrauch kann zu Schäden wie Lähmungen u.a. führen!) oder mich beim TCM-Arzt behandeln zu lassen.

Nun meine Fragen, insbesondere an ebenfalls Trichodynie-/Spannungs-Haarausfallgeplagte: Was haltet Ihr von meiner Entdeckung?

Könnt ihr bei euch selbst einen Effekt durch Behandlung besagter Punkte ausmachen?

Haben wir einen TCM-Arzt hier im Forum, der Erläuterungen geben kann?

Kennt einer von euch einen Chinesen oder war in letzter Zeit chinesisches Essen oder hat was bestellt? (Konnte ich mir nicht verkneifen)

Kann die Behandlung durch Akupunktur eine dauerhafte Linderung oder möglicherweise die Heilung von Verspannungen bedeuten?

Ich freue mich auf eure Beiträge!